

児童・生徒のライフスタイルと健康状態に関する研究

著者	角尾 篤子
号	2588
発行年	1993
URL	http://hdl.handle.net/10097/20979

氏 名（本籍）	角 ^{つの} 尾 ^お 篤 ^{あつ} 子 ^こ
学 位 の 種 類	博 士 （ 医 学 ）
学 位 記 番 号	医 第 2 5 8 8 号
学位授与年月日	平 成 5 年 9 月 8 日
学位授与の条件	学位規則第4条第2項該当
最 終 学 歴	昭 和 58 年 3 月 31 日 お茶の水女子大学大学院家政学研究科修士 課程修了
学 位 論 文 題 目	児童・生徒のライフスタイルと健康状態に関する 研究

	(主 査)
論文審査委員	教授 久 道 茂 教授 佐 藤 洋
	教授 濃 沼 信 夫

論文内容要旨

社会の急激な変化が進み、従来家庭で行われてきた機能の多くが社会化・縮小化され、労働力再生産、消費の単位、夫婦関係、親子関係を中心とする極めて限られた機能が残っているだけで、家庭内での人と人との結び付きが希薄になってきている。

社会の急激な変化は、医学・医療の領域でも大きな変動、例えば疾病構造の変化をもたらし、主要死因は成人病となった。これらの疾病は、いずれも長い間の生活習慣の偏りや、ストレスが遺伝要因と複雑に交絡しあい、中高年に至って発症する。したがって成人病の予防には基本的な生活習慣を形成する小児期からの適正な生活習慣を確立させることが必要である。

このような健康観にもとづき、本研究では、生活習慣を中心としたライフスタイルの形成には家族のあり方が深く関わっていることに着目し、児童・生徒を対象とした調査を行った。家族の結びつきが薄れてきていることを示す現象の一つに、食事を家族揃ってとらないことが挙げられる。そこで家族揃って食事をする（共食）か否（非共食）かを軸として、食事内容、生活習慣、健康について検討を加えた。

本研究では、次のような仮説を設定した。すなわち共食・非共食が、

1. 食事内容に関係があるか。
2. 健康に関連する生活行動、習慣と関連を持っているか。
3. 体力など健康指標に影響を与えているか。

【研究対象と方法】

宮城県古川市、志田郡の小学校と中学校の全児童・生徒男女合計、12,647名を調査対象とし、1987年5月に生活習慣について調査を実施した。体力測定などの検査は、同年5月から7月に実施し、その結果を各学級担任に記入してもらった。血液及び尿検査は、小学校2、4、6年生及び中学校2年生の中から、学年を単位に無作為にクラスを選び、計1,000名を対象とした。なお、一週間の内、家族揃って食事（朝食または夕食）をする事が、「全くまたはほとんど無い」か、せいぜい「週に1-2回」しかないことを「非共食」と定義する。

これらのデータは、東北大学大型計算機センターの日本電気製のACOS2000でSPSSXプログラムを使用して解析した。 χ^2 検定におけるマンテルヘンツェル法は、パーソナルコンピュータで行った。

【結 果】

非共食割合は、性・学年により異なる（20～60％）が、高学年ほど高く、女子においてやや高い。朝食と夕食の比較では朝食の非共食割合が高かったので、この後は朝食の共食・非共食別に、学年の交絡作用を考慮してマンテルヘンツェル法で分析した。

食事内容は、非共食群（男子）では、魚、野菜、果物、ご飯をとる摂食頻度が低く、肉、ジュース、パン、インスタント食品の摂食頻度が高かった。女子でも類似の傾向がみられ、共食群は非共食群に比べて伝統的な食事をしていることが考えられる。生活習慣では、朝食、夕食を抜く者が非共食群で多かった。また女子のみであるが、「食事の前に手を洗わない」、「箸が使えない」が、非共食群に多かった。このことは、非共食群において、しつけの問題が存在することを示唆する。

生活時間では、平均起床時刻は全学年6時台で、就寝時刻は学年とともに遅くなった。塾に通っている者の割合は小学校高学年で高く、中学生はむしろ低かった。またどの学年も女子の方がやや高かった。スポーツ教室に通っている者の割合は、男子に高く小学校4～6年生では40％を超えた。これらの生活時間の平均値より遅い（あるいは長い）者の割合を、朝食の共食非共食別でみると、非共食群では、就寝時刻が遅く、睡眠時間は短く、戸外で遊ぶ時間が短く、家事手伝い時間も短いという結果であった。このことは、非共食群では実際の学年より高学年の生活パターンをとり個人化傾向も強まっていると考えられる。

血液及び尿検査は、異常値を示す者の割合は低く、共食、非共食での差異は目だたなかった。

運動能力については、両群間に差異のある学年もあったが、総じて大きな違いが見られないと考えられる。

本研究では家庭機能の低下を共食・非共食を軸にしてとらえ、そのことによる生活習慣（食事も含む）形成や健康指標に対する影響を検討した。結果は食事内容においては共食群が伝統的にかつ野菜や果物も取り、食事を抜くことも少ないという、好ましい食生活をしていることが明らかになった。生活時間でも早寝で睡眠時間も長く、やはり好ましい生活を送っているといえよう。しかし、健康指標においては両群に顕著な差はなかったが、それは現時点での観察結果であり、長期的な影響については今後の検討を待たなければならない。

審 査 結 果 の 要 旨

社会の急激な変化が進み、高度な産業の発展と技術革新により、生産の機能は企業に、教育の機能は学校に、生活保障の機能は社会制度にという形で、従来家庭で行われてきた機能の多くが社会化され、家庭の機能は縮小化されてきている。すなわち、現代では家庭は、労働力再生産、消費の単位、夫婦関係、親子関係を中心とする精神的、情緒的きずななど、極めて限られた側面が主要な機能として残っている。それに伴って、家庭での生活は人と人との結び付きが希薄なものになってきている。

健康が成立する要因として、ライフスタイルが注目されるようになってきた。特に基本的なライフスタイルは、乳幼児期及び児童期さらに青少年期に形づくられ、その生活習慣が、健康特に成人病の発症に影響を及ぼすと考えられる。本研究は、生活習慣、特に食行動と身体的健康指標との関連性について検討したものである。

方法として、宮城県古川市、志田郡の小学校と中学校の全児童・生徒男女合計 12,647 名を調査対象とし、1987 年 5 月に生活習慣についての調査票による調査を実施した。体位・体力測定、視力、う歯数の検査は、同年 5 月から 7 月にかけて実施した。血液及び尿検査は、小学校 2 年生、4 年生、6 年生及び中学校 2 年生の中から、学年を単位に無作為にクラスを選び計 1,000 名を対象とした。血液の検査項目は、総蛋白、総コレステロール、中性脂肪、ヘモグロビン値であり、尿の検査項目は、蛋白、糖、潜血で、その他血圧を測定した。データの解析には、東北大学大型計算機センターの ACOS2000 で SPSSX プログラムを使用した。

その結果、以下のようなことが明らかになった。つまり、人間の日常生活におけるライフスタイルが、食生活の内容はもちろんであるが、健康状態を維持、獲得し、毎日の生活を送っていく上での様々な生活行動と相互に関連を持っているということである。そして、

1. 家族揃って朝食を摂ること、及び家族揃って夕食を摂ることが、食事内容と関係がある。
2. 家族揃って朝食を摂ることが、食行動をはじめとしてその他の健康な毎日の生活を送っていくのに不可欠な生活時間・生活行動と密接な関連を持っている。
3. 家族揃って朝食を摂取することは、運動能力、血圧などと関連があるとの部分的な傾向は見られたが、包括的には明らかにならなかった。

以上より本研究の成果は、児童・生徒のライフスタイルと健康状態との関連性について横断的な時点から新しい分析を加えたもので、その知見は、今後の成人病予防のための若年層への健康教育のあり方に有用な指針を与えるものとして、本論文が学位論文に値するものとする。